

# 4月

# こんだて よていひょう

平成 24 年 4 月  
八王子市立第五小学校

日	曜日	しゅく	の み	こんだてめい	なるもの	なるもの	とのえるもの	たんば	スプーン フォーク
10	火	わかめごはん	わかめごはん さんまのうめに とりじゃが ぎゅうにゅう しめじのいりに	わかめごはん さんまのうめに とりじゃが ぎゅうにゅう しめじのいりに	こめ さとう じゃがいも いとこんにやく ごま あぶら	さんま わかめ とりにく ぎゅうにゅう	にんじん しめじ いんげん たまねぎ うめぼし	664 24.1	
11	水	マーボーどん	マーボーどん コーンとたまごのスー だいずといりこのあげに ぐだもの ぎゅうにゅう	マーボーどん コーンとたまごのスー だいずといりこのあげに ぐだもの ぎゅうにゅう	こめ さとう でんぶん ? - モド あぶら ごま ごまあぶら	たまご どうふ ぶたにく だいず いりに ぎゅうにゅう	にんじん いら ねぎ たまねぎ しょうが にんにく ホールコーン	732 30.4	
12	木	スパゲティ ミートソース	スパゲティ やさいスープ てづくラスク ぎゅうにゅう	スパゲティ やさいスープ てづくラスク ぎゅうにゅう	スパゲティ パン はちみつ バター あぶら オリーブゆ	ぶたにく ベーコン ナチュラチーズ ぎゅうにゅう	にんじん パセリ たまねぎ セロリ にんにく じゃがいも ホールトマト	700 26.4	
13	金	メキシカンライス	メキシカンライス わかめスープ ほうれんそうのキッシュ ぐだもの ぎゅうにゅう	メキシカンライス わかめスープ ほうれんそうのキッシュ ぐだもの ぎゅうにゅう	こめ あぶら バター ごま たまご わかめ なまクリーム たけのこ	ぶたにく ベーコン たまご わかめ たまねぎ たけのこ	にんじん ピーマン ほうれんそう たまねぎ たけのこ	610 20.7	
16	月	キムチチャーハン	キムチチャーハン ワンタンスープ キャンディポテト ぐだもの ぎゅうにゅう	キムチチャーハン ワンタンスープ キャンディポテト ぐだもの ぎゅうにゅう	こめ さつまいも バター ごま ワンタンのかわ ごまあぶら	ぶたにく ぎゅうにゅう	にんじん じゃがいも たまねぎ ほししいたけ	655 18.2	
17	火	すきやき まぜごはん	すきやき やししゃも ぐだくさんみそしる ぐだもの ぎゅうにゅう	すきやき まししゃも ぐだくさんみそしる ぐだもの ぎゅうにゅう	こめ ちらたき さとう あぶら じゃがいも	ぶたにく みそ ししゃも あぶらあげ	にんじん じゃがいも しょうが もやし えのきたけ じゃがいも たまねぎ	609 25.5	
18	水	ジャムサンド	ジャムサンド タンダーチキン わかめサンド ミスドール ぎゅうにゅう	ジャムサンド タンダーチキン わかめサンド ミスドール ぎゅうにゅう	パン あぶら じゃがいも パン あぶら こめ でんぶん	とりにく ベーコン いんげんまめ のり ぎゅうにゅう	にんじん じゃがいも ホールトマト しょうが セロリ いちごジャム	618 28.4	
19	木	じゃこごはん	じゃこごはん とうふあげ とんじる にまめ ぎゅうにゅう	じゃこごはん とうふあげ とんじる にまめ ぎゅうにゅう	こめ でんぶん じゃがいも こんにやく さとう ごま	たまご どうふ とりにく ぶたにく ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ にんじん ねぎ だいこん ごぼう	709 32.6	

20	金	カレーピラフ	カレーピラフ あかうのみそやき きのこスープ ぐだもの ぎゅうにゅう	カレーピラフ あかうのみそやき きのこスープ ぐだもの ぎゅうにゅう	こめ ばんこ バター あぶら	とりにく あかうお ベーコン ぎゅうにゅう	たまねぎ にんにく マッシュルーム ホールコーン	555 23.5		
23	月	さんさいおこわ	さんさいおこわ ニギスのなんぼんづけ やまいもだんごのしる ぐだもの ぎゅうにゅう	さんさいおこわ ニギスのなんぼんづけ やまいもだんごのしる ぐだもの ぎゅうにゅう	こめ さとう でんぶん こむぎこ やまいも あぶら	こめ さとう でんぶん こむぎこ やまいも あぶら	にんじん しめじ ばんのうねぎ にんにく しょうが こまつな わらび	592 24.7		
24	火	じゃじゃーめん	じゃじゃーめん あげじゃが もずくスープ ぎゅうにゅう	じゃじゃーめん あげじゃが もずくスープ ぎゅうにゅう	さとう あぶら じゃがいも ごま	さとう あぶら じゃがいも ごま	あおのり もずく ぎゅうにゅう ほししいたけ	606 23.5		
25	水	たけのこごはん	たけのこごはん さけのてりやき しんじゃがのもの かおひゃり ぎゅうにゅう	たけのこごはん さけのてりやき しんじゃがのもの かおひゃり ぎゅうにゅう	こめ さとう じゃがいも あぶら	こめ さとう じゃがいも あぶら	さけ あぶらあげ さつまあげ ぎゅうにゅう	にんじん しょうが じゃがいも たけのこ ほししいたけ さやえんどう にんじん たけのこ	596 29.5	
26	木	ツナビーンズパン	ツナビーンズパン ポトフ ヨーグルトのチリソースかけ ぎゅうにゅう	ツナビーンズパン ポトフ ヨーグルトのチリソースかけ ぎゅうにゅう	パン さとう じゃがいも マヨネーズ あぶら	パン さとう じゃがいも マヨネーズ あぶら	ぶたにく ツナ いんげんまめ ベーコン ナチュラチーズ	にんじん パセリ たまねぎ じゃがいも セロリ いちご	742 28.2	
27	金	エビ炒りどん	エビ炒りどん ビーフンスープ うずらたまごのからめ ぎゅうにゅう	エビ炒りどん ビーフンスープ うずらたまごのからめ ぎゅうにゅう	こめ さとう でんぶん ピーフン ごまあぶら	こめ さとう でんぶん ピーフン ごまあぶら	えび とりにく うずらたまご とうふ ぎゅうにゅう	チンゲンサイ こまつな ねぎ しょうが ほししいたけ	605 27.5	

## 24年度がスタートしました

今年も元気いっぱい的一年生が入学しました。子どもたちの一年はとても大きく成長する期間です。給食室一同、成長する子どもたちのために少しでもお役にたてればと、今年度も努力していきます。

給食は、栄養のバランスや衛生面などの様々な工夫をし作っています。ご家庭でも献立表を見て食事の内容にご配慮いただいたり、給食の話題を通して食べることの大切さ、食べられることのありがたさを子どもたちにお話ししていただきたいと思います。よろしくご協力お願いいたします。

### 給食室メンバー紹介

栄養士 坂西嘉江  
調理員 塩田昌弘 古家秀敏 亀井誠  
臨時調理員 南部安子 勝倉久子 石井孝枝  
よろしくお願ひいたします。

お願ひします！  
給食当番にあたった児童が、白衣を金曜日にご家庭に持ち帰りますので、お手数ですが洗濯をして月曜日に持たせてください。  
給食当番はマスクを着用します。当番にあたった時には必ず持たせてください。  
よろしくお願ひいたします。

### 4月の行事(予定)

12日	1年生	給食開始
13日	みどり	校外学習
19日	2年生	遠足
24日	1年生	遠足
26日	3・4年生	遠足

どんなお弁当を持って行くのかな？  
晴れるといいですね(\*^。^\*)